

HUBUNGAN SUMBER INFORMASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN SELODAKON 04 TANGGUL JEMBER

Rani Ifi Ifataqi¹, Diyan Indriyani², Siti Kholifah³
sayaraniiiiiiii@gmail.com¹, diyanindriyani@unmuhjember.ac.id²,
sitikholidah@unmuhjember.ac.id³
Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Latar belakang: Menarche merupakan satu peristiwa yang paling penting dan memiliki makna besar dalam kehidupan anak, khususnya pada masa pubertas. Secara biologis, menarche menandakan bahwa tubuh anak telah mengalami berbagai perubahan hormonal dan fisik yang menunjukkan bahwa mereka telah memasuki masa pubertas. Metode: Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan metode pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel sebanyak 56 siswi yang belum mengalami menarche, diperoleh melalui probability sampling dengan teknik purposive sampling. Pengolahan data dilakukan menggunakan Uji Statistik Spearman Rank (Rho). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Sumber informasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Hasil: penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sumber informasi dengan kesiapan menghadapi menarche sumber informasi pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04. Koefisien korelasi $r = 0,461$. Simpulan: dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara Sumber Informasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak usia sekolah. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan pentingnya peran aktif orang tua, guru, perawat, dan lingkungan sekolah dalam menyampaikan informasi yang benar dan mudah dipahami tentang menarche. Dukungan serta keterlibatan berbagai pihak akan membantu anak lebih siap dan percaya diri dalam menghadapinya.

Kata Kunci: Sumber Informasi, Kesiapan, Menarche, Anak Usia Sekolah.

PENDAHULUAN

Menarche merupakan satu peristiwa yang paling penting dan memiliki makna besar dalam kehidupan anak, khususnya pada masa pubertas. Secara biologis, menarche menandakan bahwa tubuh anak telah mengalami berbagai perubahan hormonal dan fisik yang menunjukkan bahwa mereka telah memasuki masa pubertas. Dengan terjadinya menarche, tubuh mereka mulai memiliki kemampuan untuk mengalami proses reproduksi, yang secara alami menandakan bahwa mereka telah siap secara biologis untuk menjalankan fungsi sebagai seorang perempuan dewasa, meskipun kesiapan psikologis dan sosial masih terus berkembang seiring waktu (Artika et al., 2022).

Menarche adalah kejadian pertama seorang remaja putri mengalami menstruasi, yang biasanya terjadi pada usia 10 hingga 16 tahun, yakni saat mereka memasuki awal masa remaja di tengah fase pubertas sebelum siap secara penuh untuk fungsi reproduksi. Menstruasi pertama ini menjadi indikator penting bahwa tubuh mulai menunjukkan tanda-tanda perkembangan fisik lainnya, seperti membesarnya payudara, munculnya rambut di area kemaluan dan ketiak, serta perubahan bentuk tubuh akibat distribusi lemak di area pinggul. Menarche juga mencerminkan bahwa proses pertumbuhan masih terus berlangsung, mengarah pada kematangan secara fisik, seksual, dan psikologis. Perubahan-perubahan ini terjadi secara bertahap sebagai bagian dari proses pertumbuhan yang pesat, bukan secara tiba-tiba, dan menjadi bagian penting dalam perjalanan menuju kedewasaan seorang perempuan (Riyani et al., 2023). Sumber informasi yang cukup memiliki peran penting dalam membentuk cara pandang remaja putri terhadap menarche, atau menstruasi

pertama. Informasi yang diperoleh sebelumnya dapat membantu mengubah persepsi mereka, sehingga mereka lebih siap secara mental dan emosional, serta merasa lebih tenang saat menghadapinya. Untuk mencapai hal tersebut, dibutuhkan keterlibatan aktif dari orang tua dalam memberikan perhatian dan pengawasan yang tepat. Keterlibatan ini dapat berupa edukasi sejak dini, komunikasi terbuka, dan dukungan emosional yang berkelanjutan (Artika et al., 2022).

Anak sering mengalami perasaan malu, cemas, dan takut saat menghadapi menstruasi pertama yang dikenal sebagai menarche. Beberapa di antara mereka juga memiliki pandangan negatif terhadap menstruasi, menganggapnya sebagai sesuatu yang menjijikan, kotor, dan membatasi aktivitas mereka, sehingga membuat mereka merasa tertekan. Hal ini mencerminkan dampak psikologis yang muncul akibat menstruasi. Selain itu, ada anak yang percaya bahwa darah haid yang keluar merupakan tanda adanya penyakit. Secara umum, anak perempuan merasa bingung ketika menarche terjadi karena mereka tidak tahu bagaimana cara beradaptasi dengan rutinitas atau aktivitas baru yang muncul akibat perubahan ini (Intaniza et al., 2023).

Berdasarkan penelitian Narsih et al., 2021, diperoleh bahwa sumber informasi dari teman, media sosial, guru, dan keluarga berperan sebagai sumber utama yang membantu remaja putri memperoleh pemahaman dan kesiapan dalam menghadapi menarche. Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani et al., 2025 didapatkan hasil mengenai hubungan antara sumber informasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada anak yakni, responden yang memiliki sumber informasi yang kurang dan tidak siap sebanyak 76,6% sedangkan responden yang memiliki sumber informasi yang baik dan siap sebanyak 16,7%. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SDN Selodakon 04 Darungan Tanggul yang dilakukan peneliti terhadap 10 anak yang belum menghadapi menarche ditemukan bahwa 6 anak mendapat informasi dari teman sebayanya yang sudah menghadapi menarche dan 4 lainnya mendapatkan informasi tentang menarche dari ibu mereka. Namun 6 dari 10 anak mengatakan bahwa belum siap menghadapi menarche.

Menarche dapat menimbulkan berbagai reaksi, baik positif maupun negatif, tergantung pada kesiapan dan informasi yang dimiliki anak. Kurangnya informasi sering kali membuat anak bingung dan takut saat pertama kali menstruasi. Mereka mungkin tidak tahu apa yang sedang terjadi, bagaimana cara mengelolanya, atau pentingnya menjaga kebersihan, sehingga lebih rentan mengalami masalah kesehatan atau trauma emosional (Deade et al., 2022). Salah informasi juga menjadi masalah besar, Banyak anak mendapatkan pemahaman yang keliru dari mitos atau sumber yang tidak akurat. Misalnya, ada anggapan bahwa menstruasi adalah hal memalukan, kotor, atau bahkan tanda kelemahan. Pandangan negatif ini sering membuat mereka malu, takut berbicara, atau merasa rendah diri (Narsih et al., 2021).

Salah satu cara untuk membantu anak lebih siap menghadapi menstruasi pertama adalah dengan memastikan mereka mendapatkan informasi yang benar dan akurat tentang menarche, sehingga mereka dapat mempersiapkan diri secara fisik dan mental, serta menghadapinya dengan percaya diri tanpa rasa takut atau khawatir. Berdasarkan penjelasan tersebut perlu dilakukan penelitian tentang sumber informasi dengan kesiapan anak dalam menghadapi menarche. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sumber informasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional, pendekatan cross-sectional merupakan metode pengamatan dengan cara mengumpulkan semua data sekaligus dalam

satu waktu, tanpa meneliti penyebabnya (Abduh et al., 2023)

Populasi dalam penelitian ini mencakup siswi kelas 4, 5, dan 6 di SDN Selodakon 04 yang belum mengalami menarche sebanyak 60 anak. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini diambil dari siswi kelas 4, 5 dan 6 yang belum mengalami menarche dengan jumlah 56 siswa. Dengan Kriteria Inklusi Siswi yang belum menarche, Orang tua yang bersedia anaknya menjadi responden dengan mengisi formulir lembar persetujuan (Informed Consent) dan Kriteria Eksklusi Siswi yang tidak hadir saat penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan kelas pada Siswi SDN Selodakon pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Kelas | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|---------|---------------|----------------|
| 1 | Kelas 4 | 21 | 37,5 |
| 2 | Kelas 5 | 19 | 33,9 |
| 3 | Kelas 6 | 16 | 28,6 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel.1 Jumlah paling banyak responden merupakan anak kelas 4, yaitu sebanyak 21 orang dengan presentase (37,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Posisi Anak pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Posisi anak | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|--------------|---------------|----------------|
| 1 | Anak pertama | 24 | 42,9 |
| 2 | Anak tengah | 11 | 19,6 |
| 3 | Anak bungsu | 13 | 23,2 |
| 4 | Anak tunggal | 8 | 14,3 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 2 menjelaskan bahwa Responden dengan jumlah terbanyak merupakan anak pertama, yaitu sebanyak 24 orang dengan presentase (42,9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Akses Internet dirumah pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Akses internet dirumah | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|------------------------|---------------|----------------|
| 1 | Tidak ada | 1 | 1,8 |
| 2 | Ada tapi terbatas | 6 | 10,7 |
| 3 | Bebas akses | 49 | 87,5 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 3 Mayoritas responden menyatakan bahwa akses internet di rumah bersifat bebas, dengan persentase sebesar (87,5%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan pernah Berdiskusi tentang Menstruasi dengan teman pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Pernah berdiskusi menstruasi dengan teman | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|---|---------------|----------------|
| 1 | Pernah | 33 | 58,9 |
| 2 | Tidak pernah | 23 | 41,1 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 4 Jumlah tertinggi responden diketahui pernah berdiskusi tentang menstruasi dengan teman, yaitu sebanyak 33 anak dengan presentase (58,9%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan ayah pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Pekerjaan ayah | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|----------------|---------------|----------------|
| 1 | Tidak bekerja | 2 | 3,6 |
| 2 | Buruh | 13 | 23,2 |

| | | | |
|---|------------|----|-------|
| 3 | Petani | 6 | 10,7 |
| 4 | Wiraswasta | 33 | 58,9 |
| 5 | PNS | 2 | 3,6 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 6 Pekerjaan ayah responden dengan jumlah terbanyak adalah wiraswasta, yaitu sebanyak 33 orang dengan presentase (58,9%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan ibu pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Pekerjaan ibu | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|------------------|---------------|----------------|
| 1 | ibu rumah tangga | 30 | 53,6 |
| 2 | buruh | 4 | 7,1 |
| 3 | petani | 9 | 16,1 |
| 4 | wiraswasta | 10 | 17,9 |
| 5 | pns | 3 | 5,4 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 6 Jumlah terbanyak pekerjaan ibu responden tercatat sebagai ibu rumah tangga, yakni 30 orang dengan presentase (53,6%)

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Sumber informasi pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Sumber informasi | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|---------------------------------|---------------|----------------|
| 1 | Sumber informasi kurang optimal | 24 | 42,9 |
| 2 | Sumber informasi optimal | 32 | 57,1 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 7 Sebanyak 32 anak atau sebesar (57,1%) yang merupakan jumlah paling banyak, diketahui memiliki sumber informasi yang optimal.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi Menarche pada siswi SDN Selodakon 04 dengan (n=56)

| No | Kesiapan menghadapi Menarche | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|----|------------------------------|---------------|----------------|
| 1 | Kesiapan kurang optimal | 19 | 33,9 |
| 2 | Kesiapan optimal | 37 | 66,1 |
| | Total | 56 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 8 Diketahui bahwa sebanyak 37 anak dengan presentase (66,1%) atau sebagian besar responden memiliki kesiapan yang optimal.

Tabel 9. Hubungan Sumber Informasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Usia Sekolah Di SDN Selodakon 04

| | | Frekuensi (f) | Presentase (%) | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------------------------|---------------|----------------|---------------|--------------------|
| Valid | Valid Kesiapan Kurang Optimal | 19 | 33.9 | 33.9 | 33.9 |
| | Kesiapan Optimal | 37 | 66.1 | 66.1 | 100.0 |
| | Total | 56 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan Tabel 9 Hasil uji bivariat menggunakan Spearman Rank menunjukkan bahwa nilai p sebesar 0,000, sedangkan nilai α yang telah ditetapkan oleh peneliti adalah 0,05. Karena $p < \alpha$ ($0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara Sumber informasi dengan Kesiapan menghadapi menarche. Selain itu, nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,461 menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang (0,40-0,59). Ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel tidak lemah namun belum mencapai kategori kuat. Koefisien yang bernilai positif tersebut juga mengindikasikan arah hubungan yang sejalan, yaitu semakin tinggi

Sumber Informasi, semakin tinggi pula Kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah.

Pembahasan

Sumber Informasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa Jumlah terbesar anak usia sekolah di SDN Selodakon 04 telah memiliki sumber informasi yang optimal mengenai menarche. Hal ini diperoleh melalui identifikasi berbagai sumber yang mereka akses, baik dari individu seperti ibu, saudara perempuan, guru, dan tenaga kesehatan, maupun dari media seperti buku, televisi, internet, dan media sosial.

Sumber informasi memiliki peran penting dalam membentuk pemahaman anak terhadap perubahan biologis yang terjadi dalam tubuhnya. Anak yang tidak memiliki akses terhadap informasi yang tepat sering kali mengalami menarche dalam keadaan tidak siap (Zahro et al., 2024). Mereka cenderung merasa takut, bingung, dan tidak tahu cara merawat diri dengan benar, terutama dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. Kondisi ini dapat memicu kecemasan hingga meninggalkan pengalaman emosional yang kurang menyenangkan (Deade et al., 2022). Selain itu, beredarnya mitos dan informasi yang keliru juga menjadi hambatan. Ketika menstruasi dipandang sebagai hal yang tabu, memalukan, atau kotor, anak-anak menjadi enggan bertanya dan cenderung menyembunyikan pengalamannya. Hal ini membuat mereka semakin tidak siap, baik secara mental maupun emosional, dalam menyambut perubahan tubuh yang sebenarnya alami (Narsih et al., 2021).

Peneliti berpendapat bahwa kesiapan anak dalam menghadapi menarche sangat dipengaruhi oleh jumlah dan kualitas sumber informasi yang mereka miliki. Anak-anak yang mendapatkan informasi dari berbagai sumber cenderung memiliki pemahaman yang lebih utuh. Misalnya, anak yang mendapatkan informasi dari ibu di rumah, dari guru di sekolah, serta dari media yang terarah, akan lebih mudah memahami perubahan yang mereka alami. Karakteristik demografis juga mendukung temuan ini. Banyak anak yang berada pada tahap awal pubertas, di mana intervensi informasi menjadi sangat penting. Peran ibu sebagai pendamping utama di rumah sangat besar, mengingat waktu interaksi yang lebih banyak dengan anak, namun tetap memerlukan bekal pengetahuan agar edukasi yang diberikan benar dan bermanfaat. Secara keseluruhan, Anak pertama dalam keluarga cenderung lebih sering diajak berdiskusi dan lebih terbuka terhadap informasi baru. Akses terhadap internet di rumah pun memperluas kemungkinan mereka memperoleh pengetahuan tambahan, meskipun tetap dibutuhkan bimbingan agar informasi yang diperoleh sesuai dan tidak menyesatkan. Diskusi dengan teman sebaya juga menjadi salah satu sumber informasi yang berpengaruh, terutama jika dilakukan dalam lingkungan yang mendukung.

Peneliti menilai bahwa anak yang mendapatkan informasi dari berbagai sumber cenderung lebih siap menghadapi menarche, baik dari sisi pengetahuan, sikap, maupun keterampilan merawat diri. Sementara itu, anak yang hanya mengandalkan satu atau dua sumber informasi saja sering kali kurang siap dan lebih rentan mengalami kebingungan serta ketakutan. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, sekolah, dan lingkungan sekitar untuk menyediakan akses informasi yang luas, benar, dan sesuai kebutuhan anak, agar mereka dapat menghadapi menarche dengan percaya diri dan positif.

Kesiapan Menghadapi Menarche

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia sekolah di SDN Selodakon 04 telah memiliki kesiapan yang baik dalam menghadapi menarche. Kesiapan ini mencerminkan bahwa mereka telah mengembangkan pemahaman yang cukup mengenai perubahan biologis yang terjadi dalam tubuhnya, serta memiliki kemampuan dan sikap yang sesuai untuk menghadapinya.

Kesiapan menghadapi menarche terbentuk dari tiga unsur utama, yaitu pengetahuan

(kognitif), keterampilan (psikomotor), dan sikap (afektif) (Zebua, 2021). Ketiga komponen ini saling berkaitan dan membentuk kesiapan yang menyeluruh. Menurut Deade et al (2022), kesiapan dapat dilihat dari aspek pemahaman anak terhadap menarche, penerimaan mereka bahwa hal tersebut adalah proses alami, serta kemauan untuk bersikap positif terhadap perubahan yang dialami.

Berbagai faktor turut memengaruhi kesiapan anak, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar. Dukungan sosial dari keluarga, guru, dan teman sebaya dapat menciptakan rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, dan memperkuat kesiapan mental anak. Di samping itu, informasi yang akurat dan mudah dipahami membantu anak lebih siap dalam mengenali dan menyikapi perubahan yang terjadi pada tubuh mereka. Tingkat pengetahuan yang cukup juga terbukti berkaitan erat dengan kesiapan yang lebih tinggi (Narsih et al., 2021).

Peneliti menyimpulkan bahwa kesiapan anak usia sekolah dalam menghadapi menarche tidak hanya bergantung pada apa yang mereka ketahui, tetapi juga pada bagaimana mereka merespons dan menerima perubahan tersebut. Anak yang telah mendapatkan penjelasan yang memadai, memahami bahwa menarche adalah bagian alami dari pertumbuhan, dan bersedia untuk merawat dirinya dengan baik, menunjukkan kesiapan yang matang secara emosional maupun perilaku.

Peneliti juga mencatat bahwa masih ada sebagian anak yang belum menunjukkan kesiapan yang optimal. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti usia yang masih muda, keterbatasan pemahaman, kurangnya bimbingan, atau pengaruh informasi yang kurang tepat dari lingkungan sekitar. Kondisi ini menjadi perhatian penting, karena tanpa kesiapan yang cukup, anak-anak berisiko menghadapi menarche dengan rasa cemas, takut, atau bingung. Oleh karena itu, dukungan dari lingkungan serta penyediaan informasi yang tepat sejak dini menjadi kunci dalam membantu anak menghadapi masa transisi ini dengan percaya diri dan positif.

Sumber Informasi dengan Kesiapan Menghadapi menarche pada Anak Usia Sekolah di SDN Selodakon 04.

Berdasarkan hasil Uji Statistik Spearman Rank (Rho) pada 56 siswi yang belum menghadapi menarche menunjukkan bahwa ada hubungan Sumber informasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04. Sumber informasi merupakan faktor penyebab kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04. Peneliti mengidentifikasi korelasi yang sedang (moderat) antara Sumber informasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04. Semakin banyak Sumber informasi yang dimiliki oleh anak maka akan meningkatkan Kesiapan mereka dalam menghadapi Menarche.

Menurut penelitian Oktaviani et al., (2025), Kesiapan dalam menghadapi menarche sangat dipengaruhi oleh kualitas informasi yang diterima oleh anak. Ketika informasi yang diperoleh tidak tepat atau bahkan tidak ada, anak cenderung tidak siap secara mental maupun emosional. Sumber informasi baik dari media seperti internet dan video edukatif maupun non-media seperti orang tua, guru, atau tenaga medis memiliki peran penting dalam membentuk pemahaman dan sikap. Informasi yang keliru dapat menimbulkan persepsi negatif, sementara informasi yang akurat akan membantu anak merasa lebih tenang, percaya diri, dan siap menjalani menarche sebagai bagian alami dari pertumbuhan.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Narsih et al., (2021), Memiliki sumber informasi yang memadai menjadi salah satu bekal utama bagi remaja putri dalam mempersiapkan diri menghadapi menarche. Namun, masih banyak remaja yang mengalami masa transisi ini tanpa kesiapan yang cukup karena minimnya informasi dari orang-orang terdekat, terutama dari ibu. Dalam banyak lingkungan, menstruasi masih dianggap sebagai topik yang sensitif

atau tabu, sehingga jarang dibicarakan secara terbuka sejak dini. Informasi yang bersumber dari ibu, keluarga, teman sebaya, guru, maupun media sosial sebenarnya dapat menjadi landasan awal bagi remaja untuk memahami proses menarche secara positif. Ketika bekal informasi ini tidak diberikan, remaja lebih rentan merasa panik, bingung, dan takut saat mengalami menstruasi pertama. Remaja putri yang tidak memperoleh penjelasan atau bimbingan sejak awal, terutama dari sosok perempuan di keluarga, cenderung kurang siap menghadapi menarche karena tidak memiliki pemahaman yang cukup.

Temuan dalam penelitian ini mendukung hasil studi sebelumnya yang dilakukan oleh, Narsih et al., (2021), dihasil uji didapatkan ada hubungan Sumber informasi dengan Kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti berasumsi bahwa semakin banyak sumber informasi yang diterima oleh anak, maka semakin tinggi tingkat kesiapan mereka dalam menghadapi menarche. Informasi yang diperoleh dari berbagai pihak seperti orang tua, guru, teman sebaya, dan media sosial dapat membantu anak memahami menarche sebagai bagian alami dari pertumbuhan. Dengan informasi yang cukup dan beragam, anak usia sekolah akan lebih siap secara pengetahuan, emosional, dan sikap dalam menyambut menstruasi pertama (menarche). Sebaliknya, keterbatasan informasi dapat membuat anak merasa bingung, takut, bahkan tidak menerima perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa peran orang tua, guru, dan lingkungan sekolah sangat penting dalam menyediakan akses informasi yang benar dan mudah dipahami. Semakin banyak dan tepat sumber informasi yang diterima, maka anak akan lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi menarche.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan di SDN Selodakon 04 menunjukkan Jumlah paling banyak anak usia sekolah di SDN Selodakon 04 memiliki sumber informasi yang optimal mengenai menarche. Sebagian besar Anak usia sekolah di SDN Selodakon 04 menunjukkan kesiapan optimal dalam menyambut menarche. Sumber informasi berhubungan secara signifikan dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih spesifik isi dari sumber informasi yang diterima anak, seperti materi tentang menstruasi, kebersihan diri, dan dukungan emosional, untuk melihat sejauh mana isi informasi tersebut berhubungan dengan kesiapan anak dalam menghadapi menarche

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Sirodj, Apriansyah, G., Abdullah, R., Afgani, & Win, M. (2023). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 5(1), 31–38. <https://doi.org/10.22437/jiituj.v5i1.12886>
- Andini, Z. T., & Mahmudah, N. (2024). The Effect of Health Counseling on Knowledge About Menarche in Kauman State Elementary School Pleret Bantul Yogyakarta Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang Menarche di SD Negeri Kauman Pleret Bantul Yogyakarta. 465–477.
- Artika, A. K. W., Purnama, N. L. A., & Kurniawaty, Y. (2022). Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4). <https://doi.org/10.30651/jkm.v7i4.15377>
- Deade, F. M., Ernita, L., & Nugrahmi, M. A. (2022). Gambaran tingkat pengetahuan terhadap kesiapan remaja putri pra-pubertas dalam menghadapi menarche di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2021. *Jurnal Ners*, 6(1), 67–74. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/3911>
- Delfriana, A., & Sinulingga, P. (2020). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche. *Jurnal Ilmiah*

- Keperawatan Imelda, 6(2), 123–127. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v6i2.405>
- Dwi Wahyuni Ambali, D., Banne, L., & Roreng, D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama Pada Siswa Kelas V Dan Vi Di Sdn 1 Denpina Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 6(2), 121–133. <https://doi.org/10.56437/jikp.v6i2.65>
- Endarti, S. (2018). Informasi dan Sumber Bagi Pemustaka. In UPT Perpustakaan ISI Yogyakarta.
- Fadhillah, F., Salwa, A., Dirga, M., Cahyo, M. P., & Rahmaniah, M. (2024). Sistem Pengambilan Contoh Dalam Metode Penelitian. *Karimah Tauhid*, 3(6), 7228–7237.
- Gultom, W., Hasanah, O., & Utami, S. (2020). Faktor Ibu Dan Faktor Anak Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ners Indonesia*, 10(2), 182. <https://doi.org/10.31258/jni.10.2.182-193>
- Hanifah, D. R. N., Dewi, M., & Sariati, Y. (2020). Hubungan antara Komunikasi Ibu dan Anak, Pola Asuh Orang Tua, dan Sumber Informasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Awal. *Journal of Issues in Midwifery*, 4(3), 142–149. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2020.004.03.5>
- Intaniza, N., Tampubolon, N. R., & Bayhakki, B. (2023). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Satu Tahun Pertama. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 120–129. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.900>
- Kholidah, Hidayat, Jamaludin, & Leksono. (2023). PENELITIAN KORELACIONAL (Metodologi Penelitian Pendidikan) Aurana. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Sosial Humaniora*, 43(4), 342–346.
- Kholifah, M. (2024). *NUTRIZIONE (Nutrition Research and Development Journal)*. 04, 32–49.
- Khotimah, S. (2021). Pemberian Pendidikan Kesehatan Sebagai Upaya Menyiapkan Siswi Putri Menghadapi Menarche Di Sd N 20 Sitiung. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 110–113. <https://doi.org/10.25311/prosiding.vol1.iss2.95>
- Kustin. (2023). Literasi Informasi tentang Menarche pada Santriwati. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 145–153. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.140>
- Lutfiasari, D. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Dan Perubahan Fisik Sekunder Melalui Metode Teman Sebaya (Peer Group) Terhadap Persepsi Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Sdn Kampung Dalem 6 Kota Kediri. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2), 6–11.
- Maharani, P., & Daryanti, M. S. (2024). Hubungan dukungan orang tua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di SDN Demakijo 1 Sleman Yogyakarta Relationship between parental support and the readiness of adolescent girls in facing menarche at SDN Demakijo 1 Sleman Yogyakarta. 2(September), 675–681.
- Marpaung, R., Sirait, S., Sitorus, S. R., Silaen, S., Tambunan, W. Y., & Widiastuti, M. (2022). Dampak Pak Terhadap Perkembangan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 1(4), 1–23.
- Msovela, J., Shija, A. E., Ntuyeko, H., Imeda, C., Mugula, A., Mgina, E., & Egidio, A. A. (2025). Puberty and Menstruation Knowledge, Information Sources and Needs among Secondary School Adolescent Girls and Boys in Kibaha, Tanzania. *PLOS Global Public Health*, 5(3 March), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0004176>
- Nainar, A. al ashri, Amalia, N. D., & Komariyah, L. (2023). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 7(1), 64–77. <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/index>
- Narsih, U., Widayati, A., & Rohmatin, H. (2021). Dukungan Sosial dan Ketersediaan Informasi Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche The Social Support and Availability of Information Influence The Readiness of Adolescent Girls in Facing Menarche. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr.Soetomo*, 7(2), 359–371.
- Ningrum, M. W. P., & Purnomo, W. (2020). Relationship Between Readiness and Anxiety Level in Elementary School Students Facing Menarche in Pademawu Sub-District, Pamekasan. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 9(2), 95–103. <https://doi.org/10.20473/jbk.v9i2.2020.95-103>
- Oktaviani, R. J., Widiastuti, S., & Suralga, C. (2025). Hubungan pengetahuan, sikap, dan sumber

- informasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di sdn pejaten timur 05 pagi jakarta. 5, 1–23.
- Riyani, S. C., Mintarsih, S., & Sulastri. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 5(1), 64–77. <https://doi.org/10.55606/jufdik.v5i1.215>
- Rumiyandini, A. D., Faizah, Z., & Irwanto, I. (2021). Knowledge Related To Students Readiness To Face Menarche At Sdn Kaliurip Purworejo. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(2), 116–126. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i2.2021.116-126>
- Simon, M., & Hutomo, W. M. P. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di SD Islam Guppi Kota Sorong. *Nursing Inside Community*, 3(2), 38–44.
- Sinta Zakiyah, Nurul Hidayah Hasibuan, Aufa Yasifa, Suhaila Putri Siregar, & Olivia Wahyu Ningsih. (2024). Perkembangan Anak pada Masa Sekolah Dasar. *DIAJAR: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(1), 71–79. <https://doi.org/10.54259/diajar.v3i1.2338>
- Soewignyo, T. I., Septiani, & Maruru, J. V. (2022). Analisis Kualitas Pelayanan Universitas Klabat Terhadap Kepuasan Mahasiswa Dalam Pembayaran Tagihan Spp. *Terapan Ilmu Manajemen Dan Bisnis*, 5(2), 117–141.
- Yuningsih, R., Mujiyanti, S., & Ijah. (2023a). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV Sekolah Dasar. *Kesehatan*, 12(2), 132–140. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i2.280>
- Yuningsih, R., Mujiyanti, S., & Ijah. (2023b). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV Sekolah Dasar. *Kesehatan*, 12(2), 132–140. <http://husadamahakam.poltekkes-kaltim.ac.id/ojs/index.php/Home/article/view/17>
- Zahro, S. F., Hidayati, T., & Zakiyyah, M. (2024). Hubungan peran ibu dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche pada remaja putri di desa sukumulyo kecamatan pajajaran kabupaten probolinggo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(8), 59–66.
- Zebua, Y. (2021). Kesiapan Pelaksanaan Praktik Kerja Industri Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Ikip Gunungsitoli. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 4(1), 216–220. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v4i1.2144>
- Zuidema, L., van Luik, E. M., Alma, M. A., Leemans, J. C., Bongers, M. Y., & Geomini, P. M. A. J. (2025). Informational needs related to menstrual literacy among Dutch women: a focus group study. *BMC Women's Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-025-03694-3>